

# 0歳児を育てる母親の「私の不安」：民間保健師が開催する親子教室参加者のアンケートから（報告）

|     |   |
|-----|---|
| 著者  | 押栗 泰代，金城 八津子，マルティネス 真喜子，植村 直子，畑下 博世   |
| 雑誌名 | 滋賀医科大学看護学ジャーナル  |
| 巻   | 7   |
| 号   | 1   |
| ページ | 57-60   |
| 発行年 | 2009-03-15  |
| URL | <a href="http://hdl.handle.net/10422/162">http://hdl.handle.net/10422/162</a> |

## 報告

# 0歳児を育てる母親の「私の不安」 —民間保健師が開催する親子教室参加者のアンケートから—

押栗泰代<sup>1</sup> 金城八津子<sup>1</sup> マルティネス真喜子<sup>2</sup> 植村直子<sup>3</sup> 畑下博世<sup>3</sup>

<sup>1</sup>滋賀医科大学大学院医学系研究科

<sup>2</sup>元滋賀医科大学大学院医学系研究科

<sup>3</sup>滋賀医科大学医学部看護学科地域生活看護学講座

## 要旨

近年、子育て支援へのニーズが多様化するなか、行政が行うサービスだけでなく民間サービスの提供も期待されている。本稿では民間保健師が開催する0歳児親子教室に参加する母親が持つ「私の不安」を明らかにし、今後の支援への示唆を得ることを目的とした。対象者である母親の「私の不安」についての自由記述を質的に分析した結果、自分の日々の育児が適切であるかという《母親としての未経験の不安》、母親という役割を含めた1人の女性としてのあり方を前向きに展望するが故の《女性としての見通しが持てない不安》の2大カテゴリーが抽出された。これらの結果から参加者である母親は、必要時にいつでも日々の育児について相談ができるという点を民間保健師に期待していると考察された。また母親という新たな役割を含めた女性としてより良くありたいと願う参加者に対して、ライフサイクルを踏まえた継続性のあるサポート提供の必要性が示唆された。

キーワード：0歳児、母親、不安、継続支援、民間保健師

## I はじめに

次世代育成支援にかかる制度は「働き方」「保育放課後児童」「地域子育て支援」「母子保健」「社会的養護」「経済的支援」が柱となっている。その中の「地域子育て支援」は年々、その拠点がが増えてはいるが普及度合いが低く、すべての子育て家庭が利用できる状況には至っていない<sup>1)</sup>。2008年4月に改正された児童福祉法の中でも、既存の子育て支援事業が法制化されたが、実施主体が市町村に任されているため、地域差が出ることは避けられない。さらに家族のあり方、子育てのあり方が多様化するなか、各家庭における子育て支援のニーズも様々であり、行政の提供する子育て支援だけでなく、民間が提供する子育て支援にも期待が高まっている。特に0歳児を養育する母親にとって、育児に関する不安を身近に相談できる人や場を持つことは大きなサポートとなる。これらの状況を踏まえて、第一執筆者は0歳児を養育する母親を対象に早い時期に育児に関する悩みや不安を解決することを目的に2000年4月、任意団体「民間型お母さんのための保健室」を立ち上げた。主な支援内容は1) 0歳児親子教室、2) 個別相談、3) グループ形成支援であり、赤ちゃんの成長発達を学びながら母親と保健師が協働学習を行っている。

## II 0歳児親子教室の概要

### 1) 0歳児親子教室

5回を1クールとする集団指導で、年間4クール実施している。各回の所要時間は90分である。目的は親子のふれあいから始まり、看護的視点から赤ちゃんの成長発

達・病気時の看護・事故予防・栄養を学び、母親同士の交流と意見交換をすることである。教室運営スタッフは保健師、保育士、栄養士各1名であり、教室参加は有料である。募集はホームページ上で行い、参加希望者はホームページ上で参加申し込みを行う。参加者のうち第1子が105人、第2子が18人、第3子が3人であった。参加者は、児が生後4～5ヵ月ごろ参加しているものが多く、早い者で生後2ヵ月から参加している。

親子教室の会場があるA市の地域特性は、平成17年度の人口増加率が4.66(全国0.66)と高く、転入者約1,5000人、転出者約12,000人と転出入が多い地域である。また都市部へのベッドタウンとしても機能しており、若い世代が多いのが特徴である<sup>2)</sup>。

### 2) 個別相談

親子教室では解決できなかった問題についてメール相談を昼夜の時間を問わず使用できるようにし、赤ちゃんの成長発達に応じた対応を行いながら、母親が自分から終了するまで継続的にかわる。相談内容は子どもの成長発達に関することや子どもの具合が良くない時の受診までの家庭看護などである。平成20年度の延相談件数は780件を超えており、夜間の相談が多いのが特徴である。

### 3) グループ形成支援

参加者である母親が親子教室での交流を通してグループを形成し、自分たちの育児について考え自分たちの力で問題を解決することができるように支援する。保健師は母親による自主的なグループ活動へと移行できるよう支援を行っている。

以上の支援を継続するなかで、0歳児親子教室の参加者である母親は地域特性も含め特有の不安やニーズを持っているのではないかとの実感を得た。これらのことから0歳児親子教室に参加する母親の不安の特徴について明らかにすることにより、参加者である母親のニーズに沿った今後の支援の展開について考察したいと考えた。

### III 研究目的

民間保健師が開催する0歳児親子教室に参加する母親がもつ「私の不安」を明らかにし、今後の支援についての示唆を得る。

### III 研究方法

#### 1) 対象者

0歳児親子教室の参加者である母親126名

#### 2) 調査期間

2004年10月～2008年3月

#### 3) 調査方法

第1回教室終了後、記名式で「私の不安」について自由記述してもらい。なお、第1回の親子教室の内容は、教室の流れを説明したのちに母親と赤ちゃんの自己紹介をしてもらう。その後、赤ちゃんへのタッチケアをしてから、改めて母親から学生時代の話聞く時間をもつ。最後に、交流として母親同士の情報交換する時間を持つ。

#### 4) 分析方法

自由記述項目の「私の不安」を、意味が損なわれないように1項目単位で抜き出したものを、カードとした。共通事項についてまとめたものを、小カテゴリー、さらに抽象化したものを中、大カテゴリーとした。分析は看護領域における研究者4名で合意が得られるまで討論し、妥当性の確保を行った。

#### 5) 倫理的配慮

本研究は過去資料使用のため改めて教室参加者に研究主旨・方法・プライバシーの擁護方法・研究協力は中断できること、そのことにより一切の不利益はないことを文書で説明、研究同意依頼書を送付し126名全員から同意を得た。

### IV 結果

0歳児を育てる母親が抱えている「私の不安」の項目カードは255枚であった。これらの項目カードから17の小カテゴリーが抽出され、そこからさらに7つの中カテゴリーに分類された。その結果、《母親としての未経験の不安》と《女性としての見通しが持てない不安》という2つの大カテゴリーが浮かび上がってきた(表1)。

本稿においては、小カテゴリーは〈 〉、中カテゴリーは【 】、大カテゴリーは《 》で示した。項目カードは「 」で示した。

#### 1 《母親としての未経験の不安》

##### 【I. 子どものこと】

子どものことに関する不安では、〈子どもの栄養〉〈子どもの成長発達〉〈子どもの病気や事故〉の3つが抽出された。

〈子どもの栄養〉に含まれる内容は、「母乳の与え方」「離乳について」「離乳食について」の不安であった。月齢により栄養摂取方法や内容の不安が異なった。関連して子どもの発育状況、生活に合わせた知識や技術的な内容も見られた。授乳期の母親は〈母乳の与え方〉に対する不安を抱いており「母乳不足はないか」「母乳を続けたいが出ない」「授乳間隔が定まるのか」という不安であった。離乳期に近くなると「離乳できるか」「与え方」「食べてくれるか」「離乳後の食事量に不足が起らないか」「離乳食を作れるか」といった食行動を含んだ内容であった。〈子どもの成長発達〉は「普通に成長するかしら」「大きく育つかしら」「規則正しい生活リズムをつくることができるか」という問いかけの内容と「夜は何度も目を覚ます」「抱っこしてないと泣く」など具体的な内容がみられた。〈子どもの病気や事故〉は「よく熱を出す」「急な病気の対応」「誤飲や事故」「子どもの犯罪が多い」という内容であった。

##### 【II. 私の育児でいいのかしら】

〈育児に対する考え方〉と育児行動となる〈子どもとのかかわり方〉の2つが抽出された。

〈育児に対する考え方〉では、「子育てに信念を持ってやっていけるか」「子どもに不安を与えていないか」「この子の個性だと思えるか」など、育児はどのようにあるべきかという内容であった。〈子どもとのかかわり方〉は遊び方やしつけについて、「スキンシップが足りているか」「今の過ごし方で大丈夫か」「今、しつけをそこまでするのか」「生活リズムは整っているのか」という内容であった。また、子どもとのかかわり方に関連して仕事復帰に向けての社会資源の活用として「保育園に入れるか」「保育園に預けること」「保育園選び」があった。

#### 2 《女性としての見通しが持てない不安》

##### 【III. 私、働けるかしら】

就労に関する項目として〈復職〉〈両立〉〈再就職〉の3つが抽出された。

「復帰後の自分と家族の生活」「子育てしながら仕事復帰ができるか」など〈復職〉と〈両立〉が存在した。産前産後休暇、育児休暇終了後、職場復帰への不安については、母親や妻、あるいは嫁としての家庭での役割と、職場で求められる職業人としての役割における両立への不安であった。また、子どもとの時間を大切にしながら、自分の将来も考えた部分で「妥協したくない」と両者選

扱への気持ちも含まれていた。〈再就職〉は、乳幼児を抱える女性の就労先が限定され、自らの適性に合った再就職が可能かどうかという不安であった。

#### 【IV. 私、元の身体に戻れるかしら】

産後の身体的変化への不安は〈産後の変化〉〈体型の変化〉〈体力の低下〉の3つが抽出された。

〈産後の変化〉は「生理不順」「おっぱいトラブル」など産後のホルモンバランスによる生理的变化であった。〈体型の変化〉は「産後太った」「スタイルが戻らない」「母乳ダイエットが終わる」があり、出産前の体型に改善したいという強い希望から生じる不安であった。〈体力の低下〉は「自分の身体はどこまでもつか」「元気で子どもを育てることができるか」など産後の自分の体力の衰えに対する身体に自信が持てない不安であった。

#### 【V. 私の性格大丈夫かしら】

自分の性格に関しては〈攻撃的になる〉〈自分を見つめる〉の2つが抽出された。

〈攻撃的になる〉では、「イライラして感情で怒ってしまう」「子どもにつらく当たってしまう」「カッとしやすい」「夫を責める」など突発的な行動に出るもので〈自分を見つめる〉は「考えすぎる」「心配症」「くよくよ悩む」「優先順位を判断できない」「人の意見に左右されやすい」など自分の性格に対する内容であった。

#### 【VI. 私、よい人間関係が築けるかしら】

人間関係については〈友達づくり〉と〈家族関係〉の2つが抽出された。

〈友達づくり〉は「お友達ができるのか」「近所に友達がいない」「友達づくりが苦手」など、人とのかかわり方への不安があり、〈家族関係〉では「義父母の口出し」「両家との距離の取り方」「義理母との折り合い」「祖父母の干渉」についてなど、祖父母の対応などに不満に思っている内容がみられた。

#### 【VII. 私らしく生きて行けるかしら】

子どもを産んだあとも自分らしく生きたいという思いとして〈私の時間がない〉と〈個人としての私を見て〉の2つが抽出された。

〈私の時間がない〉は「ホッとする時間がない」「忙しい生活がいつまで続くの」「子どもと二人でいる時間が長い」など育児時間と自分のために使う時間の内容だった。

〈個人としての私をみて〉は「〇〇ちゃんのお母さんではなく、△△さんと呼んでほしい」というカードがあった。

表1 「私の不安」自由記述からの分析

| 大カテゴリー                 | 中カテゴリー                | 小カテゴリー       |
|------------------------|-----------------------|--------------|
| 《母親としての<br>未経験の不安》     | 【I. 子どものこと】           | ＜子どもの栄養＞     |
|                        |                       | ＜子どもの成長発達＞   |
|                        |                       | ＜子どもの病気や事故＞  |
|                        | 【II. 私の育児はどうかしら】      | ＜育児に対する考え方＞  |
|                        |                       | ＜子どもとのかかわり方＞ |
| 《女性としての<br>見通しが持てない不安》 | 【III. 私、働けるかしら】       | ＜復職＞         |
|                        |                       | ＜仕事と家庭の両立＞   |
|                        |                       | ＜再就職＞        |
|                        | 【IV. 私、元の身体に戻れるかしら】   | ＜産後の変化＞      |
|                        |                       | ＜体型の変化＞      |
|                        |                       | ＜体力の低下＞      |
|                        | 【V. 私の性格大丈夫かしら】       | ＜攻撃的になる＞     |
|                        |                       | ＜自分を見つめる＞    |
|                        | 【VI. 私、よい人間関係が築けるかしら】 | ＜友達づくり＞      |
|                        |                       | ＜家族関係＞       |
|                        | 【VII. 私らしく生きていけるのかしら】 | ＜私の時間がない＞    |
|                        |                       | ＜個人としての私を見て＞ |

## V 考察

### 1 「私の不安」が意味するもの

参加者である母親は、母親という新たな役割が加わったことで《母親としての未経験の不安》と《女性としての見通しが持てない不安》の2つの不安を持っていた。1つめの《母親としての未経験の不安》は子どもの栄養や成長発達、病気や事故など、育児を行うなかで経験する日常的な内容であること、また自分なりの育児方法で日々子どもにかかわっているものの、自分の育児がこれで良いのかどうかについて不安を感じていることが明らかとなった。経産婦であっても、2人目以降の複数の子育てへの戸惑いを未経験の不安として持っていた。このような不安は、近くに親や育児を経験したことがある人がいて、気軽に相談することができれば解決できる内容である。しかし参加者が居住する地域特性と同じく、参加者である母親は結婚を機に転入してきた人が多く身近に相談できる人や場所がわからないことが、日常的な不安をもつ背景として考えられた。しかし、ここに参加する母親はこうした状況において自ら情報を探し、同じように子育てをしている母親と交流することや身近に相談できる専門家を持つためにこの親子教室を選んでいるという点で、育児に対して意識の高い前向きな集団であるといえる。実際の日常的な育児についてお互いに共有できる友人、気軽に相談できる専門家という自分にとって身近な人や場を作る選択肢のひとつとして、民間保健師が開催する親子教室は参加者のニーズに合っていることが考えられた。

2つめの《女性としての見通しが持てない不安》では子育てに積極的に取り組み、子どもと日々向き合うなかで自分自身の仕事への復帰や人間関係などについても考えていることが明らかとなった。このことは参加者である母親が子どもを産んで間もない時期から母親としてだけでなく、女性としての生き方についてこれからの自分を前向きに展望するが故に起こりえる不安であると考えられた。アンケートの記述内容にこうした心境を表す「妥協したくない」という項目カードがあり、1)自分らしさを保ち、自分の生き方を大切にしたいという思い。2)母親としてきちんとかわり、自分で子育てしたいという思いが表現されている。このことは、原口<sup>3)</sup>らも述べているように、このどちらにも、自分なりに何とかしたいという思いが並行して内在すると考えられる。

### 2 民間保健師による支援への示唆

本稿では参加者である母親の「私の不安」として、

日常的な自分の育児がこれでよいのかという《母親としての未経験の不安》、また日々子どもと向き合う中で自分自身についても見つけ、母親としての役割を含めた女性としての自分のあり方を展望するが故の《女性としての見通しが持てない不安》が明らかとなった。民間保健師による母親同士が交流できる場の設定や母親が必要としたときにいつでも利用できる融通性のある個別相談の提供は、これらの不安を解決したいと考える母親のニーズに合っていると考える。行政における支援は子育てにおいてよりリスクの高い母親を対象とした支援を中心とする必要がある。民間保健師の親子教室は、母親のより健やかに子育てを行いたいというニーズに沿った社会資源のひとつとしてうまく機能するのではないだろうか。さらに母親という新たな役割を含めた1人の女性として、自分らしいライフスタイルを構築していきたいという前向きな思いから生じる不安に対する健康支援として、生涯を見通した継続性のあるグループ支援、個別支援のあり方を検討していくことが今後の課題であると考ええる。

## VI おわりに

0歳児親子教室に参加する母親の「私の不安」には《母親としての未経験の不安》と《女性としての見通しが持てない不安》が分析された。これらの結果から参加者である母親は親子教室を通じて自分と子どもの様子を知っている保健師から、必要時にいつでも子育てに関する知識の提供が得られること、自分の日々の育児について確認や相談ができるという点を、民間保健師に期待していることが考察された。また母親として、女性としてより自分らしくありたいと願う参加者に対して継続性を踏まえた健康へのサポートを検討することが、対象者のニーズに沿った今後の課題であると示唆された。

## 謝辞

本研究にご協力いただきました教室参加者の皆様に感謝いたします。

## 文献

- 1) 厚生労働省：平成20年版厚生労働白書. 90-102, 厚生労働省, 2008
- 2) 大津市：大津市統計ホームページ 2009. 1. 1  
<http://www.city.otsu.shiga.jp/>
- 3) 原口由紀子, 松浦治代, 矢倉紀子, 佐々木くみ子, 笠置綱清：母親個人としての生き方志向と育児不安との関連. 小児保健研究, 64(2), 265-271, 2000